

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Strategi di artikan sebagai suatu rencana yang di tujukan untuk mencapai tujuan yang di inginkan, dalam proses kehidupan strategi merupakan cara seseorang bertahan hidup dalam dunia yang semakin penuh persaingan, bagaimana membuat persepsi yang baik di dalam sebuah pemikiran atau rencana hidup masa depan.

Menurut Takwin mendefinisikan secara harfiah bahwa "Mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, baik di universitas, institut atau akademi. Mereka yang terdaftar sebagai murid di perguruan tinggi otomatis dapat disebut sebagai mahasiswa" (Takwin, 2008). Tidak semua para peserta didik bisa merasakan pendidikan tingkat tinggi apalagi di Indonesia yang terbelang masih sangat jauh ketertinggalanya dalam bidang pendidikan dari negara luar.

Beban yang di tanggung oleh seorang mahasiswa cukup besar selain meningkatkan kualitas pendidikan dirinya para mahasiswa secara tidak langsung juga tertuntut untuk menjadi *agent of change* atau di sebut dengan agen perubahan dalam masyarakat. Mahasiswa secara tidak langsung di tuntut untuk berperan sebagai penggerak masyarakat, melakukan perubahan ke arah yang lebih baik dengan menggunakan ilmu pengetahuan, gagasan, serta wawasan yang dimiliki. Harapan masyarakat terhadap mahasiswa yaitu sebagai titik kebangkitan bangsa dan negara.

Mahasiswa sebagai *Guardian of Value* artinya mahasiswa adalah penjaga nilai-nilai di masyarakat. Mahasiswa sebagai kaum intelektual, mahasiswa harus menjunjung nilai-nilai kebenaran mutlak seperti kejujuran, keadilan, gotong royong, integritas, empati. Tak hanya itu mahasiswa juga berperan sebagai *Iron Stock* dan *Moral Force* dimana mahasiswa adalah sebagai generasi penerus bangsa dimana tingkat pengetahuan yang dimiliki mahasiswa dapat disejajarkan dengan tingkat moralitasnya, dan mahasiswa dianggap memiliki tingkat pendidikan yang tinggi sehingga mahasiswa harus memiliki moral yang baik.

Dalam peran mahasiswa sebagai Social Control, mahasiswa diharapkan mampu mengontrol sebuah kehidupan sosial pada masyarakat dengan memberikan saran, kritik dan solusi untuk permasalahan sosial masyarakat maupun permasalahan bangsa. (Ilma Surya Istihomaharani, 2016). Dengan adanya tuntutan secara tidak langsung tersebut membuat para mahasiswa memaksakan kondisinya dan menganggap semua hal tersebut sebagai beban tuntutan yang wajib mereka laksanakan.

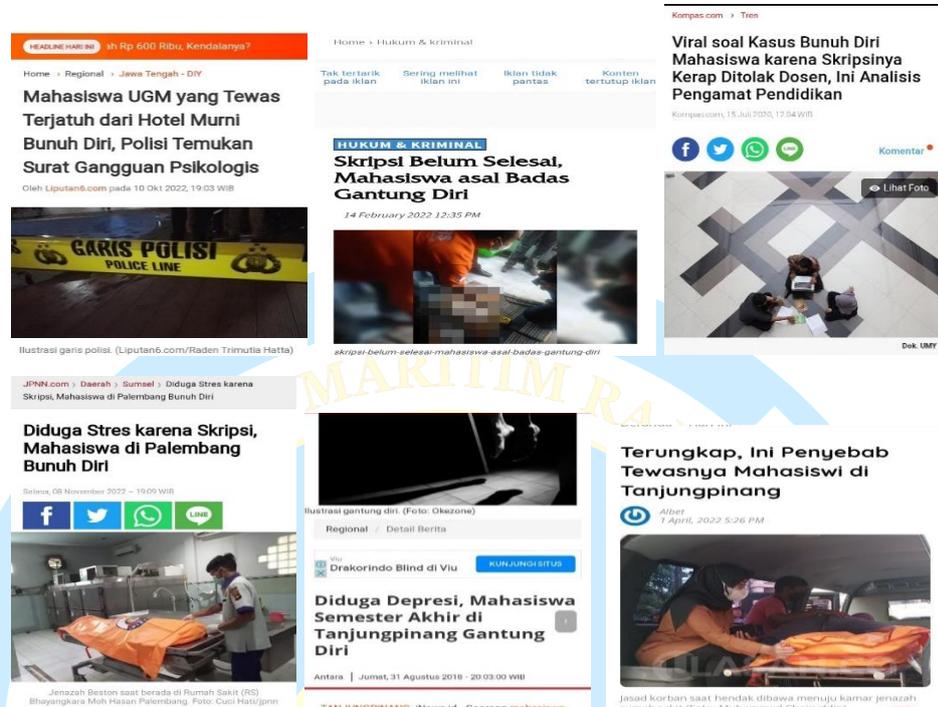
Mental illness adalah istilah dari suatu gangguan kesehatan mental yang di alami seseorang dimana gangguan kesehatan mental ini memiliki banyak macamnya. *Mental illness* merupakan penyakit yang mempengaruhi suasana hati, berfikir, dan berperilaku. Jenis yang paling umum terjadi seperti gangguan depresi, kecemasan dimana pada gangguan ini dapat mengalami terganggunya suasana hati secara terus menerus dengan perasan tertekan kemudian muncul kehilangan minat dalam beraktivitas, menyebabkan penurunan yang signifikan dalam kualitas hidup sehari-hari. (Putra, 2019)

Jenis lain pada gangguan kesehatan mental yang umum terjadi pada seseorang yaitu gangguan kecemasan yang mana gangguan kecemasan ditandai dengan perasaan khawatir, cemas, dan takut secara berlebihan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari dengan di barengi oleh reaksi tubuh seperti gemeteran, sesak nafas, keringat dingin, bahkan kaku pada bagian tubuh tertentu. (Putra, 2019)

Pada gangguan kesehatan mental yang lebih serius yaitu bipolar merupakan suatu gangguan yang berhubungan dengan perubahan suasana hati secara ekstrim terdapat dua fase yaitu fase depresi yang meliputi perasaan sedih, marah, kecewa dan putus asa berkepanjangan dan fase manik meliputi perasaan yang senang berlebihan, sulit mengontrol bicara, cenderung sensitif, dan enerjik yang membuat penderitanya kesulitan mengontrol emosional dan perilakunya. (Putra, 2019) *Mental illness* ini merupakan penyakit yang sangat rentan terjadi kepada seseorang tanpa melihat latar belakang namun dengan penanganan yang masih kurang diperhatikan.

Agar mampu menjalankan pendidikan dengan lancar dan fokus belajar, seluruh peserta didik harus dalam kondisi sehat baik secara fisik maupun mental. Kesehatan mental para peserta didik merupakan hal utama yang harus dijaga agar jalan para peserta didik tidak terhambat dalam mewujudkan cita-citanya. Namun pada kenyataannya banyak sekali para peserta didik dari segala usia mengalami tekanan pada kesehatan mental.

Gambar 1.1 Berita kasus bunuh diri yang dilakukan oleh mahasiswa



Sumber: Olah data berita di berbagai media cetak 2023

Catatan peristiwa pada kasus bunuh diri yang di lakukan pada kalangan mahasiswa menjadi sebuah bukti bahwa masalah kesehatan mental masyarakat belum dapat teratasi dengan baik. Maka dari itulah mahasiswa merupakan golongan yang rentan terhadap gangguan kesehatan mental atau *mental illness* seperti stress, depresi, kecemasan, dan frustrasi. Selain itu, pada kondisi yang lebih memerlukan perhatian yang serius yaitu pada saat kondisi gangguan kesehatan mental yang mengarah pada tindakan untuk menyakiti diri sendiri maupun orang lain. (Dumilah Ayuningtias, 2018).

Mahasiswa perguruan tinggi mempunyai resiko dua kali lebih besar untuk mengalami depresi, dibanding dengan orang dengan usia serta latarbelakang yang sama di dunia kerja, Serta resiko dalam penundaan penyelesaian tugas dalam

perkuliahan sangat besar, (Anggawijaya, 2013). Depresi sangat merusak lingkungan perguruan tinggi karna mengganggu pembelajaran dan mengarah ke penurunan minat penyelesaian pendidikan (Glading, 2015).

Menurut *World Health Organization* (WHO), mendefinisikan tentang kesehatan mental merupakan keadaan sejahtera dimana setiap individu bisa mewujudkan potensi mereka sendiri. Artinya, mereka dapat mengatasi tekanan kehidupan yang normal, dapat berfungsi secara produktif dan bermanfaat, serta mampu memberikan kontribusi kepada komunitas mereka. (WHO Mental Health: a state of well-being t.t).

Prevalensi individu dengan *mental illness* secara global sangat tinggi, namun jumlah individu yang mendapat penanganan profesional kurang dari 10% di negara-negara dengan pendapatan menengah kebawah. Pada data riset kesehatan dasar 2018 di Indonesia, menunjukkan lebih dari 12 juta penduduk berusia kurang dari 15 tahun mengalami gangguan emosional, dan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi (Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat, 2021). Data tersebut menunjukan bahwa Indonesia belum dapat menyelesaikan masalah kesehatan mental secara tepat.

Meningkatnya kasus gangguan kesehatan mental atau *mental illness* di Indonesia ternyata belum mampu menyeimbangkan dengan jumlah penyedia layanan konseling atau konsultasi psikologis sesuai kebutuhan yang diperlukan. Untuk para mahasiswa juga sebenarnya bisa mengakses layanan psikologis di kampus, namun tidak semua kampus memiliki layanan tersebut.

Selain itu, layanan psikolog dan psikiater memerlukan biaya yang cukup mahal dimana untuk para sebagian mahasiswa sangatlah berat. Sosialisasi mengenai tempat layanan psikolog dan psikiater juga sangat rendah, ditambah dengan merebaknya kebiasaan *self diagnosis* atau mendiagnosis penyakit tanpa bimbingan dokter membuat masalah kesehatan mental semakin memprihatinkan.

Dampak terburuk ketika seorang mahasiswa terindikasi memiliki *mental illness* adalah penurunan minat untuk melanjutkan pendidikan, merasa diri dan hidup sudah tidak berguna, mengalami kecemasan yang berlebihan, penurunan nilai dalam proses belajar, tidak percaya diri dan cenderung menarik diri dari lingkungan kampus, bahkan sampai menyakiti diri atau bunuh diri yang dilakukan mahasiswa ketika mereka tidak mampu mengatasi keadaan mentalnya yang bermasalah. (Teresa m Evans, 2018).

Di Indonesia, informasi mengenai penanganan pada masalah gangguan kesehatan mental masih belum banyak dipahami oleh masyarakat. Minimnya pemahaman masyarakat, akses pelayan kesehatan serta anggaran terhadap pasien gangguan kesehatan mental memunculkan stigma negatif terhadap penderita kondisi tersebut. Akibatnya terdapat kesalahan penanganan terhadap penderita gangguan kesehatan mental semakin memperburuk keadaan. Anggaran pemerintah yang kurang untuk penanganan masalah gangguan kesehatan mental berdampak pada penyediaan rumah sakit jiwa, bangsal psikiatri di rumah sakit umum masih belum dapat memenuhi kebutuhan masyarakat.

Indonesia ada sekitar enam provinsi yang belum memiliki rumah sakit jiwa yaitu. Kepulauan riau, Banten, Kalimantan Utara, Sulawesi Barat, Gorontalo, Papua Barat. Kementerian kesehatan Indonesia memprediksi setidaknya 90% orang dengan *mental illness* tidak mendapatkan pelayanan yang memadai. (PMK, 2021)

Walaupun di Indonesia masih minim terhadap adanya akses penunjang kesehatan mental namun setiap tanggal 10 Oktober Indonesia turut merayakan hari kesehatan mental sedunia, tepat pada tahun 2022 Indonesia memperingati hari kesehatan mental sedunia dengan tema pulih bersama, generasi sehat jiwa. Hal ini menjadi momentum untuk meningkatkan kesadaran terhadap kesehatan mental dunia dan mobilitas upaya dalam mendukung kesehatan mental.

Kementerian Kesehatan melalui Direktorat Kesehatan Jiwa turut bekerja sama oleh para *blogger* terkenal indonesia untuk mempromosikan edukasi mengenai kesehatan mental serta gejala-gejala yang muncul melalui kegiatan seminar dan promosi edukasi di media sosial. Salah satu media sosial yang memiliki ribuan pengikut turut mempromosikan edukasi tentang gangguan kesehatan mental dan cara mendeteksi dini gangguan kesehatan mental yang di alami untuk segera menghubungi layanan kesehatan dan mendapatkan banduan pertolongan medis.

Tabel 1.1 Jumlah kunjungan pasien gangguan kesehatan jiwa pada faskes tingkat 1 dan faskes tingkat lanjut (Rumah Sakit) Tanjungpinang.

No	Sarana Pelayanan Kesehatan	Kunjungan Pasien Gangguan kesehatan jiwa		
		L	P	L+P
	Jumlah Kunjungan Rawat Jalan	4.084	2.032	6.116

A	Faskes Tingkat Pertama (Puskesmas)			
1	Tanjungpinang	55	56	111
2	Batu 10	0	0	0
3	Melayu Kota Piring	7	6	13
4	Mekar Baru	74	28	102
5	Kampung Bugis	41	37	78
6	Sei Jang	20	10	30
7	Tanjung Unggat	55	38	93
Sub Jumlah		255	175	427
B	Faskes Tingkat Lanjut (Rumah Sakit Umum)			
1	RSUD Raja Ahmad Tabib	17	24	41
2	RS Kota Tanjungpinang	0	0	0
3	RS Dr Midiyanto.S	3.815	1.833	5.648
Sub Jumlah		3.832	1.857	5.689

Sumber: Profil kesehatan kota Tanjungpinang 2019.

Berdasarkan data di atas menunjukkan bahwa Kepulauan Riau khususnya pada kota Tanjungpinang memiliki jumlah kunjungan pasien yang mengalami *mental illness* yang cukup banyak dengan rata-rata usia remaja dan dewasa sekitar 17-35 tahun, dalam rentang usia tersebut di perkirakan masih dengan status penempuhan pendidikan atau pelajar. Hal ini perlu menjadi perhatian khusus dalam penanganannya pasalnya kepulauan riau masih belum memiliki fasilitas rumah sakit jiwa dan bangsal psikiatri yang cukup memadai. Jumlah tersebut belum termasuk pada pasien gangguan jiwa berat dan resiko jumlah ini dapat terus bertambah. (Profil Kesehatan Kota Tanjungpinang 2019).

Kemajuan ilmu sosiologi kesehatan bermula semenjak manusia sadar bahwasanya kesehatan tidak hanya sekedar pada fisik semata, namun juga mengenai mental dan kondisi sosial seseorang. Talcott Parsons berpendapat bahwasanya "seseorang dapat dianggap sehat ketika ia mempunyai kapasitas optimum untuk melaksanakan peran dan tugas yang telah dipelajarinya melalui

proses sosialisasi, terlepas dari apakah secara ilmu kesehatan ia sehat atau tidak". Parsons juga mengatakan bahwa "kesehatan sosiologis seseorang bersifat relatif karena bergantung pada perannya dalam masyarakat". (Dewi Rosmalia, 2017)

Menurut Parsons sakit atau *illness* merupakan gangguan pada kemampuan seseorang untuk melakukan tugas atau peran yang diharapkan. Baginya sakit merupakan suatu peran sosial dan seseorang yang sakit mempunyai sejumlah hak maupun kewajiban sosial serta kondisi pasien ditandai dengan keadaan ketidakberdayaan dan kebutuhan untuk mendapatkan pertolongan. Apabila individu tidak mampu menjalankan tugas dan perannya karena faktor yang berada di luar kehendak dan kekuasaannya maka menurut Parsons individu tersebut diharapkan untuk menjalankan apa yang dinamakannya peran sakit atau *sick role*. (Dewi Rosmalia, 2017)

Peranan sakit dapat muncul jika penyakit telah dianggap cukup parah, sehingga tidak dapat melakukan sebagian atau seluruh peranan normalnya serta memberikan tuntutan tambahan kepada orang-orang di sekelilingnya" (Dewi Rosmalia, 2017). Oleh karena itu para mahasiswa dengan *mental illness* yang sedang berusaha menyelesaikan pendidikannya perlu diperhatikan keadaan mentalnya sehingga tidak terjadi tindakan pengambilan keputusan untuk bunuh diri

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di bahas maka untuk memperoleh hasil penelitian yang baik, peneliti merumuskan masalah sebagai

berikut: Bagaimana strategi mahasiswa dengan *mental illness* dalam menyelesaikan pendidikan di Universitas Maritim Raja Ali Haji ?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

Untuk mengetahui strategi mahasiswa Universitas Maritim Raja Ali Haji bisa bertahan menyelesaikan pendidikannya dalam kondisi memiliki *mental illness*.

1.4 Manfaat penelitian

Berdasarkan pada pembahasan di atas, maka yang dapat menjadi manfaat pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat teoritis

Manfaat secara teoritis dimana pada penelitian ini di harapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan kajian mengenai kesehatan mental dari sudut pandang ilmu sosiologi kesehatan serta di harapkan dapat di jadikan sebagai referensi untuk penelitian lebih lanjut yang berkenaan dengan masalah-masalah ini terutama pada pembahasan masalah kesehatan mental dari sudut pandang ilmu sosiologi kesehatan.

1.4.2 Secara Praktis

Di harapkan pada hasil penelitian ini dapat di pergunakan sebagai bahan acuan pertimbangan bagi para pembuat kebijakan yang berkaitan dengan masalah kesehatan mental yang dialami mahasiswa dalam menyelesaikan pendidikanya.

